પ્રસ્તાવના.

સુજ્ઞ ગૃહસ્થો:—

પુસ્તક રચવામાં આ મારો પ્રથમ યત્નછે માટે એમાં કાંઇપણ ભુલતો હોવીજ જોઇએ, માટે સેવક આસા રાખેછે કે સુજ્ઞ વાંચનારાઓ આ પુસ્તકમાં લખાયલો વિષય મેહેરબાની કરી શરૂથી તે આખર સુધી ધ્યાનથી વાંચી તે ઉપર તોલ કરી તેમાં જેટલું વાજબી લાગે તેટલાનો અંગીકાર કરી કૃપા દ્રષ્ટિએ દોષની દર ગુજર કરશો, અને આ અતિ ઉપયોગી વિષય જે તેઓની નેક નજર સામું ધર્યોછે તે ધ્યાનમાં લઇને તેના કર્તાને લીધેલા શ્રમ માટે ઉત્તેજન આપશો.

પ્રીય વાંચનાર, આ પુસ્તક બહાર પાડવામાં મારો મુખ્ય મતલબ એછે કે હાલમાં (આ પુસ્તક લખવા માંડ્યું તે વેળા) 'કોલેરા'નો બુરો મરજ શેહેરમાં ફેલાઇને તેણે જેજે ત્રાસ દાયક ખરાબીઓ કરીછે, અને હજી કરેછે, તે ઉપરથી મારા મનમાં એવું આવ્યું કે જો લોકોને આ અતિ દુષ્ટ મરજ વિષે સમજ આવી હોય તો બેસક કંઇક દરજ્જે પ્રાણનો ઘાત થતો અટકે ત્યારે શું આજદીન સુધી કોઇ એવાં પુસ્તકો પ્રગટ થયાં નથી કે જેમાં એ મરજ સંબંધી સમજ કે એલાજો આપ્યા હોય? બેશક કેટલાએક

ગુજરાતીમાં વૈદક સંબંધી કીમતી ગ્રંથો બહાર પડયાછે, પણ એવા ગ્રંથોની કીંમત ભારે હોવાથી તે ખરીદવાની દરેક જણમાં શક્તિ હોતી નથી. તેથી ઘણાકોથી તેનો લાભ લેવાઈ શકાતો નથી. અને એકલા એ મરજ (કોલેરા) ના વિષય ઉપર લખાઇ બહાર પડેલું કાંઇપણ ઉપયોગી પુસ્તક મારી જાણ પ્રમાણે ન હોવાથી, મેં ધાર્યુંકે જો એવું પુસ્તક જેમબને તેમ સસતી કીંમતે જો બહાર પાડવામાં આવેતો સર્વે લોકો એનો લાભ લઇ શકે. વળી 'કૉનટ્રૅક્ટ' સંબંધી કામો માટે અત્રેથી ઘણેક દૂર જઇ વસવું પડયાથી એ મરજ સંબધી મળેલા અનુભવે મને એ વિષય હાથ ધરવાને ઉત્તેજન આપ્યુંછે. આ પુસ્તકમાં એ રોગના કેટલાક ઇલાજો તા. દર્દિની માવજત વૈદક જ્ઞાન વગેરે ગ્રંથાધારે તેમજ કેટલાક ઇલાજો ત્યાબીજી અતિ ઉપયંગી સમજો મારા મેળવેલા અનુભવાધારે આપ્યાંછે. આ નાના પુસ્તકમાં એમરજના ભોગ થઈ પડેલાઓને જેજે દવાઓ આપવાનું જણાવ્યુંછે તેની મુખ્ય મતલબ એજ કે જરૂરને વખતે અને ડૉકટરની ઘર હાજરીમાં તે અતિ ઉપયોગી થઇ પડે. એ પુસ્તકમાં નિચલી અતિ ઉપયોગી બાબદો ઉપર વિવેચન કર્યુંછે.

૧લું. એ દુષ્ટ મરજને કયા કયા નામોથી ઓળખવામાં આવેછે?

૨જુ 'કોલેરા' એ સું ચીજછે યાને એની ઉતપત્તિ સેમાંથીછે?
૩જુ એનો ફેલાવો શી રીતે થાયછે?
૪થુ કેવા મનુષ્યો ઉપર એની અસર જલદી થાયછે?
૫મુ જે મનુષ્ય એના સપાટામાં આવેછે તેના ઉપર એ
રોગનો અસર કેવી થાયછે?
૬ઠું સરૂઆતમાં આવતો ઝાડો બંધ કરવાની અગત્ય તથા
તેના ઇલાજો સુસુ કરવા? તથા 'કોલેરા' દર્દિને
લાગુ પડીચુકો એમ ખુલ્લુ જણાય ત્યારે સાસા
ઇલાજો કરવા?
૭મું એ 'કોલેરા' ના મરજમાં ઓકારી થાયછે તેનો
સું ઉપાય કરવો?
૮મુ એના દર્દિને તરસ ઘણી લાગેછે તેનાં સું ઇલાજો કરવા
૯મુ એ મરજવાળા દર્દિના હાથ પગ ઠંડા થઇ જાયછે
તેના સાસાં ઉપચો કરવા?
૧૦મુ એ મરજવાળાને હાથે પગે આંકડા યાને વંઠ આ
વેછે તેના ઇલાજો શુ કરવા?
૧૧મું ઘરમાં, તેમજ મુસાફરીમાં કે બહારગામ વસ્તીથી
દુર જઇને રેહેતાં એ 'કોલેરા' ના મરજની દવા
ઓ સાથે રાખવાથી થતા ફાયદા તેમજ ન રાખ-
વાથી થતી હાણી ઉપર વિચાર.
૧૨મુ આ રોગમાં પાછળથી ઝાડો બંધ થઇ પેટ ફુલી

જાય ત્યારે શેા ઉપાય કરવેા?

૧૩મુ આ રેાગમા કેટલીક વખતે રેાગીનેા પેસાબ બંધ થઈ જાયછે તેના કેવા ઉપાય લેવા?

૧૪મુ સરૂઆતમાં બદ હજમીના જેવા ઝાડા આવે ત્યારે દર્દિને કેવેા ખેારાક આપવેા અને કેવેા ન આપવેા

૧૫મુ 'કોલેરા' લાગુ પડ્યાં પછી દર્દિને કેવેા ખેારાક આપવેા?

૧૬મુ એ 'કોલેરા' (અઘેાક) નેા દુષ્ટ મરજ શેહેર માં ફાટી ન નીકળે માટે આગળથી સાવચેતીના સુમ્રુ ઈલાજો લેવા, તા એ રેાગ ફાટી નીકળે તે વેળા તેનેા ફેલાવેા અટકાવવા માટે કેવા કેવા ઇલાજો લેવા?

૧૭મુ એ રેાગ ફેલાયલેા હેાય તે વેળા ખાવા પીવામાં અંદાજે રાખવા તા કેવેા ખેારાક લેવેા તથા કેવા ખેારાકનેા ત્યાગ કરવેા એ સબધી તેમજ એ રેાગના અટકાવ માટે રૈયતની, મ્યુનીસીપાલીટીની તેમજ સરકારની ફરજ વગરે બાબદેા ઉપર વિવેચન કર્યુંછે.

૧૮મુ ઉમરના પ્રમાણમાં દવા આપવાની સમજ વગરે.

સુરત તા૦ ૧૫ મે. ૧૮૯૬.

લી૦ સેવક.

જાહાંગીરજી દાદાભાઈ હાથીખાના વાળા.

મનુષ્યનો કટ્ટો શત્રુ.

અરે ઓ દુષ્ટ ચંડાળ તારૂં મોહોં કાળું કર, ગામે ગામથી, શેહેરે શેહેરથી, તારાં નેસ્ત કદમ દુર કર. આ આખી પૃથ્વીમાંથી હમેસને માટે નાબુદ થઇજા, કે ફરીને તું દુષ્ટ ચંડાળ જે મનુષ્ય માત્રનો કાળ તે તારૂં અત્યંત ભુંડું મોહો ના દખાએ. તારી તારીફ તે અમે શું કરીએ! તારી ફ કરવાની આખા ભુ મંડળનાં કોઇને શકિત નથી! કેવો તું ભલો કે તારૂં નામ સાંભળતાંજ અમને કપારી છુટે! વાહ, તારા દર્શાણની શી વાત કહીએ! તારૂં દર્શાણ થતાંજ મનુષ્ય માત્રના હાંજા ગગડી જાય! અરે એવો તે શું તું ભુડો કે લોકો જેટલા વાઘ વરૂથી પણ ના ડરે એટલા તુંથી ડરે? એટલી તે શું શકિત તારામાં, કે ભલભલા સીપાહ બચ્ચાઓ કે જેવો પોતાની મર્દાનગીથી તેજ તલવાર વડે લડાઇના મેદાનો ધુજાવતા, તેઓપણ તારૂ નામ સાંભળી થરથર કાંપતા, તારા દર્શાણથી તેમના હાથપગ લુલા થઇ જતા, ને તારા ભેટવાથીતો બાપડા બોલ બોલતાંમાં આ દુન્યાથી હમેશાને માટે કુચ કરી જતા?

જે લડવૈયાઓ પોતાના જબર દસ્ત પંજા વડે વાઘના મોંઢાને પણ ચીરીને બે ફાડચાં કરતા, એવાઓને પણ તું

તારા પંજામાં સપડાવી જમીન ઉપર એવાતો પછાડતો કે બીચારા ભાગ્યેજ ફરી ઉઠવા પામતા. અરે દુષ્ટ ઘાતકી તું ન થી જોતો બુઢ્ઢાને કે જુવાનને, કે કુમળા બાળકને, સર્વને તું એકજ લાકડીએ હાંકેછે, હે ચંડાળ તેં કુટુમ્બને પાળનાર, એવા કંઇક બચરવાળ બાપોના પ્રાણ ક વખતે લીધા છે, અને તેઓનીભલીસ્ત્રીઓ, અને બચ્ચાંઓને નિરાધાર કરી રડતાં કીધાંછે. તેં કંઇક જુવાન અબળાઓના પ્રાણાધાર પ્રીય ભર્થારોને મારીલાખીને રંડાપો આલ્યોછે, તેં કંઇક જુવાન નારોનું મોહોત આણીને તેમના વાહાલા ભર્થારોને શોકમાં ડુબતા કર્યાછે. તેં કંઇક નાના નાના બાળકોની માયાળુ માતાઓનું અકાળ મૃત્યુ ઉપજાવીને બીચારાં નિર્દોષોને નિરાધારને દુઃખી કીધાંછે. કહેછેકે—

ટગટીર ફુટે જેહનું,
કુડો આરે કાળ.
માતા મરે જેહની,
તેના ઝુરે બાળ.

અરે તું ચંડાળ એટલુંજ કરીને બેશીરેતો નથી. જેનું ઘરમાં તું પ્રવેશ કરેછે, ત્યાંથી તને નિકળવા ગમતુ નથી. તું ચાહેછે તો આખા ઘરની વસ્તીનો નાશ કરેછે. તેં કંઇક ઘરોની તે શું, પણ ગામો, શેહેરો, તથા દેશોની સદંતર વ-

સ્તીઓ નાબુદ કરી નાંખીછે. ઘરેઘર તેં રડારોળ કરાવીછે, ને ઘેરેઘેર તારા નામની પોકો મુકાઇછે. એથી વધારે તારીફ લખતાં અમારા હાથ ધ્રુજે છે, ને કલમ આગળ ચાલવાને અશક્ત દિશેછે, માટે હવેતેમ કરવુ પડતુ મેલીને, તુ સાંભે, અમારૂં શા વડે રક્ષણ થાય, તેનુ શોધન કરીએ —

૧લું એ દુષ્ટ કોણછે યાને કયા કયા નામોથી જાણીતોછે અને અંગ્રેજીમાં 'કોલેરા' કહેછે હિદુસ્તાનીમાં 'વબા' તથા ગુજરાતીમાં 'કોગળ્યુ' 'મરકી' કે 'અધોક' કરી કહેછે. **અધોક** એટલા માટે કહેછેકે એના ભોગ થઈ પડેલા દરદિને અધવું તથા ઓકવુ જારી થાયછે,

૨જું 'કોલેરા' એ સું ચીજછે યાને એની ઉતપત્તિ સેમાંથીછે?

'કોલેરા'ની ઉતપત્તિ ગંદા પાણી વાળાં ખાબોચીઆં જેમાં સડેલો કાદવ ભરેલો રહેછે જેના ઉપર સુર્યનો તડકો જેવો જોઈએ તેવો ખુલ્લો પડતો નથી તેમાંથી, નિરંતર ભિનાસ વાળી બધ્યાર જગ્યામાંથી તેમજ સડેલી વનસ્પતિમાંથી થાયછે. વળી જમીનમાં કરવામાં આવતા ખાળકુવા, કે બરાબર સાફ કરવામાં ન આવતા સંડાસો અથવા ગટરોમાંથી થાયછે. વળી તળાવો કે જેમાં લોકો કે દરદી ઢોરો, પોતાના ગંદા શરીર

સાથ અંદર જઇને પાણી પીએછે, ને પાણી પીતાં પીતાં અંદર મુતરેછે તથા અઘેછે, તથા કોહેલાં કુતાં પછી તેઓ સાજા હોયકે દર્દિ હોય તેઓ મુએલાં માણસોના ડાટેલાં મુરડાં જેમ ઘણીક વેલા બને છે તેમ ખોદી કાહાડીને ખાધાં હોય અથવા દર્દિ મરી ગયલાં ઢોરોનું ઝેરી માંસ ખાધું હોય તેઓ પાણી પીએછે, જેમના મોઢાંની ઝેરી લાલ પાંણીમાં પડેછે વળી ઢોરો તથા કોહેલાં કુત્રાં તો શું પણ ખુદ માણસો (આ બાબદોનો આ પુસ્તક લખનારને બઈ વાન ડીસ્ટ્રીકટમાં અનુભવ મળ્યોછે)

જે તળાવનું પાંણી પીએ, તેજ તળાવની અંદર, છેક પાણીની નજદીકમાંજ ઝાડે ફરેછે ને તેવી હાલતમાંથી ઉઠીને, પાણીમાં જઇને શરીર ધુવેછે, વળી મુતરેછે તે સઘળુ મુત્ર ઢોલાવ હોવાના સબબથી પાણીમાં જઇને પડેછે; અને વળી મેલા સરીર સાથે સ્ત્રીઓ તેમ જ પુરૂષો તેમાં નાહેછે, માથાં ચોળેછે, તથા અડકાયલી (રૂતુવાળી) કે સુવાવડી સ્ત્રીઓ નાહેછે અને પોતાંનાં કંઇ દીવસનાં ગંદાં લુગડાંઓ પણ તેમાંજ ધુવેછે . એ પ્રમાણે આખો દીવસ સુધી દરરોજ માણસોથી કે જનાવરોથી તળાવનું પાણી બગડવું અને

અ પવીત્ર થતું રહેછે એવી રીતના તળાવોનું રોગી (ઝેરી) પાણી જેમાં 'કોલેરા' ના ઝેરી જંતુઓ પેદા થાયછે, તે બ્રાહ્મણ વગેરે સર્વે નાતના લોકો પીએછે તા. ઘેર લઇ જાયછે, ઉપર પ્રમાણેનો રીવાજ હમે બર્દવાન દીસ્ત્રીકટમાં ચાલતો દીઠેછે જ્યારે ત્યાં ના બ્રાહ્મણ રહીસોને કહેવામાં આવ્યું કે એ રીતે તમો લોકો પીવાના પાણીને ગંદુ તથા અ પવિત્ર કરીને પીધામાં લોછો માટે એ રીવાજ ઘણોજ નુકશાન કારકછે, તેમજ ધર્મ વિરૂધ્ધ છે, એથી તનદુરસ્તી બગડેછે. તથા તમારા બંગાલ દેશમા કૉલેરા બહુ જોરમાં ફાટી નીકળેછે, તેના કેટલાંક કારણોમાંનુ આ પણ એક સંભવીત કારણ અમને દીસેછે. ત્યારે તેઓએ અમને જવાબ આપ્યો કે અમે લોકો (ત્યાંના રહીશો) જ્યારે કોઇપણ નવું તળાવ બનાવ્યે છીએ, ત્યારે પ્રથમ તેના પાણીમાં પવિત્ર ગંગા નદીનુ પાંણી થોડુક મંગાવીને લાખ્યેછીએ, કે પવિત્ર ગગા નદીના પાણીના સમાગમથી તે તળાવનુ પાણી હમેશ પવિત્રજ રહેછે, ને તેને ગંગાજ સમજી તેનુ પાણી સર્વ કામોમાં લઇએ છીએ એવો અમારો કદીમ રીવાજછે. પ્રિય વાંચનાર કેવો દાનાઇ ભરેલો જવાબ આ સુધરેલા

જમાનામાં વળી મુરદાંઓ જો જમીનમાં બરાબર ઉંડાઈમાં ડાટવામાં નથી આવતાં તો તેઓ જમીનમાં સડીને તેમાથી ઝેરી હવા (કોલેરાનું ઝેર) બહાર નીકળીને આસપાસની હવાને ઝેરી બનાવેછે. ઘણીક વેળા એવું બનેછે કે એવાં બરાબર ઉંડાણમાં ન ડાટેલાં મુરદાંઓના ખાડા રાતની વખતે, કોહોલાં, કુત્રાં, ખોદીને ખુલ્લા કરી લાખેછે. એવું ઢેડા મેહેતર, ભગી વીગેરે હલકી વર્ણના મુરદાંઓના સંબંધમાં દરેક ઠેકાણે બનેછે.

વળી ઉપર કહેલા દીસ્ત્રીકટમાં અમે દીઠુંછે કે કોઇ કામદાર માણસ, મજુરકે કુલી જો 'કોલેરાથી' મરી જતો તો તેના સથીઓ કે સગાંઓ તેને ત્યાંજ પડતો લાખીને નાશી જતા. જ્યારે તેમાના એકાદને એ મરજ લાગુ પડતો તો કોઇ તેની પાસે જતું નહી ને બાપડો આખરે ત્યાંને ત્યાંજ એ મરજથી પીડાઈને મરણ પામતો મુરદુંજો ગામની અંદર હોયછે તો ગામવાળા પેલા બાહારગામના મરનારના મુરદાને ઉઠાવતા નથી ને આખરે ગામનો મેહેતર ભંગીઓ આવીને જેમ એક મુવેલાં કુત્રાંને ઘસડી લઈ જાય તેમ તેના ગળામાં દોરીનો ફાંસો લાખીને

ઘસડી લઇ જઇને ગામની બહાર ફેકી આવતો એવી રીતે લાશો પડી રહીને જ્યારે સડેછે ત્યારે આસપાસ ની હવામાં તેનુ ઝેર જેને આપણે 'કૉલેરાનુ ઝેર' કહોએ છીએ તે મળીને ખરાબી કરેછે વળી મુએલાં ઢોરોને પણ જો એ પ્રમાણે ખુલ્લા પડી રહેવા દેવામાં આવેછે, કે બરાબર નિમક લાખી ઉંડા ડાટવામાં નથી આવતાં તો તે પણ સડીને ઝેરી દુરગંધી હવા પેદા કરેછે.

એ પ્રમાણે ઉપર દર્શાવેલાં કારણોથી 'કૉલેરાના ઝેર' ની ઉતપંત્તી થાયછે વળી ઉકરડા કે કચરાના મોટા ઢગલાઓ ઉપર વરસાદનુ પાણી પડવાથી તે કોહીને ઉપર મુજબે ઝેરી હવા ઉતપંન્ન કરેછે.

૩જું હવે કૉલેરાના ઝેરનો ફેલાવો કેમ થાયછે તે તપાસીએ ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણે ગંદુ અને તેથી કરીને ઝેરી થયલું પાણી જેજે મનુષ્યના પીધામાં આવેછે તેતે મનુષ્યના સરીરમાં તેનુ ઝેર પ્રવેસ થાયછે. વળી પાણી સીવાયના બીજા જેજે કારણો ઉપર વર્ણવ્યાંછે તેમાં ઉતપન્ન થઇને બહાર પડતી ઝેરી હવા, જે આસપાસની હવાને મળીને ઝેરી બનાવેછે તે ઝેરી હવા મનુષ્યના દમમા લેવાયાથી તે કૉલેરા

ઓનું ઝેર મનુષ્યના શરીરમાં દાખલ થાયછે, કેટલાએક નું કહેવું એવુંછે કે કૉલેરાનુ ઝેર કંઇજ નહી પણ એક જાતના અતિ બારીક ઝેરી જીવડાં છે જે પાણી મારફતે કે હવા મારફ તેમાણસના સરીર- માં દાખલ થાયછે.

એ ઉપરથી એવું સાબેત થાયછે કે 'કોલેરા' એ એક ઉડતો રોગછે વળી ગંદીલી ગીચોગીચ વસ્તીવાળી જગ્યા માં એ રોગ જલદીથી ફાટી નીકળેછે તથા જાનોની મોટી ખરાબી કરેછે.

દાખલા તરીકે આપણા સુરત શેહેરમાં સર વેને આ તો જાણીતુંછે કે શેહેરમાં જયારે પણ આ મરજ ઉ ઠેછે ત્યારે પ્રથમ તે ગોલવાડમાં ફાટી નિકળેછે કે જયાં આગળ ગોલાઓની ગીચ વસ્તીછે ને ખબુતરના ડર બાઓની પેઠે ખીચોખીચ નાનાનાના ઘરોછે. વળી કો હેલા તરકારી કે ફળાદી, જેમા એ કોલેરાના ઝેરી જંતુ ઓ પેદા થાયછે, તે પણ ખાવામાં આવ્યાથી એ રોગ લાગુ પડેછે.

૪થું નબળા બાંધાવાળા મનુષ્યને એ રોગ જલદીથી લાગુ પડેછે. વળી બેઅંદાજ ખાનાર, તેમજ વાયડું પાણુ ખાનારને એ રોગ જલદીથી લાગુ પડેછે. નબળા કોઠાના

ળાને પણ એ રોગ જલદીથી લાગુ પડેછે તેમજ બીજા કોઈને એ મરજ લાગુ પડેલા હોયછે તે જોઈને તેનુ સગુ વહાલુ કોઈ દેહેસત ખાયછે તો તેને પણ એ રોગ જલદી લાગુ પડેછે, સબબ દેહેસત ખાધાથી તેના હાથપગ ઠડા થઈ જઈને અસકત થઈ જાયછે, અને એકાદ બે ઝાડા આવી જાયછે તેમ થવાથી કૉલેરા તેના સરીરમાં સેહેલથી પ્રવેશ કરેછે, માટે એવે પ્રસંગે કાંઈપણ ડર રાખ્યા વિના જેમ બને તેમ તાકીદ પેલા દર્દીનો ઈલાજ કરવાને ફીકર રાખવી વળી કેટલાક લોકોને બદહજમીને સબબે એકાદ બે ઝાડા આવેછે તો પોતાને કૉલેરા લાગુ પડી ચુક્યો એવુ સમજીને દેહેસત ખાઈ જાયછે, તેથી હાથ પગ લુલાને ઠડા થઈ જાયછે જે હાલતમાં તેને કૉલેરા સેહેલથી લાગુ પડી જાયછે

૫ મું હવે એના ભોગ થઈ પડેલા દર્દીના ઉપર એની કેવી અસર થાયછે તેનુ બયાન કરીએ. પ્રથમ શરૂઆતમાં ઝાડે આવવો સરૂ થાયછે જે પાતળો હોયછે, અને તેનો રંગ સફેદ ચાવલના ધોનના પાણી જેવો હોયછે તથા ઓકારી પણ થાયછે, જે પ્રમાણે થોડા વખત ચાલુ રહેવાથી દર્દી સુસ્ત તથા નબળો પડી જાયછે, તથા હાથે પગે આંકડા આવેછે, ઝાડા વધુને વધુ પાટળો

થતો જાયછે, પેડુંમાં સખત દુખાવો થાયછે, ચેહેરો સુકાતો જાયછે, ગાલો બેસી જાયછે, ચેહેરાનો રંગ ફીકકો થઇ જાયછે, આંગળીઓ ચીમડાઈ જાયછે. દમ બરાબર ચાલતો નથી, દરેક ઝાડા સાથ પેસાબ આવેછે તે ધીરે ધીરે કમતી થતી જાયછે, જીવ ફરવા માડેછે, અવાજ નાનો થઇ જાયછે, દવા, પાણી કે કાંઇ જે પાયું હોય તે ટકતું નથી ને પાછુ નીકળી જાયછે, ચેહેરાનો રંગ બદલાઇને કાળાસપર થાયછે, વખતે પેસાબ પણ બંધ થઇ જાયછે શરિર થંડુ થઈજાયછે શરીરમા તાણ થાયછે, આંખમાં ખાડા પડી જાયછે, જો વખતસર ઇલાજ થાયછે યાને જેવાં એક બે પેટ આવ્યાં, કે તેનો જો ઇલાજ કીધો હોયછે તો એ મરજ આગળ વધતો નથી પણ જો વખત નીકળી જાયછે, ને ઉપર લખ્યા પ્રમાણે ચાલુ રહેતો દર્દી અતિસે નબળાઇ થવાને લીધે બેભાન થઇ પ્રાંણ છોડેછે કેટલીક વખતે દર્દી છેલ્લી ઘડી સુધી ભાનમાં રહેછે, ને તેને જીવવાની આશા રહેછે જો સરૂઆતથી ચાંપતાં ઇલાજો લેવામાં આવેછે તો દર્દી બચી જાયછે, ધીમે ધીમે ઓકારી નરમ પડતી જાયછે, ઝાડાનો રંગ બદલાયછે શરીરમાં ગ–

રમી આવતી જાયછે, આંકડાં બંધ પડેછે, શ્વાસ લે વાયછે, પેસાબ પાછો બરાબર આવવા માંડેછે, ચેહેરા નો રંગ સુધરવા માંડેછે, દર્દિને કરાર માલમ પડેછે, ને તેને જીવવાની નવી આશા આવેછે.

૬ઠું. હવે આ જગ્યાએ 'કોલેરા' મરજના ચોડાએક ઇલાજો આપેલા ઉપયોગી ગઇ પડશે, એવું ધારી નીચે આપ્યાછે; જ્યારે એ રોગ સેહેરમાં ફેલાયલો હો તો નથી ત્યારે જો ઝાડા આવવો સરૂ થાયછે તે તે થી આપણે બીહીતા નથી ને ઘરગતું કાંઇ ઇલાજ કરીએ છીએ તોતે બંધ થાયછે, પણ જ્યારે એ રોગ ફેલાયલો હોયછે ત્યારેતો એનો તુરતા તુરત ઇલાજ થવો જોઇએ, તે એવીરીતે કે ધારા કરતાં ઝાડા વધારે આવવા માંડયા કે તુરતજ નિચલી દવા આપવી.

ઇલાજ ૧.—એક મીઠું પતાસું લઇને તેની વચમાં કાંણું પાડીને તેમાંઆઠ દશ ટીપાં '**એસેન્સ ઓફ પીપરમીન્ટ**'ના લામીને તુરત ચવાડી દેવું, જેથી કરી પેટમાં દુખતુ નરમ પડશે અને ઝાડે પાણ બંધ થશે, અગર 'બ્રાન્ડી' દારૂ હોય અને દર્દિન ખપતો હોય તો એક લીકર ગ્લાસ ભરીને પાઇ દેશો તેથી ફાયદા થશે. અગર સોડાનો સરકો હોય તો તે પણ એક

ગ્લાસ પાઇદેવાથી ફાયદો થશે.

ઇલાજ ૨જો—જો ઉપલા ઇલાજોથી ફાયદો ન થાયતો **'કલો રો ડાઇન'** નામની દવા હાજર હોય તો તેના ૧૦) દસ ટીપાં એક ગ્લાસ પાણીમાં નાખીને તે પાઇ દેવું ને જો ફરી જરૂર પડેતો તેજ પ્રમાણે પાછું આપવું. એ દવા સીશીમાંથી કાઢતી વેલા શીશીને ખુબ હલાવીને કાઢવી એ દવા ૨) બે કલાકને અંતરે જરૂર પડે તો આપવી.

ઇલાજ ૩જો મરૂઆતનો ઝાડે બંધ કરવા ૧) એક આઉંશ **પીપરમીન્ટ વાટર** અથવાતો એક ચમચો ફુંદનાના પાણીમાં **લોડેનમ** ટીપાં ૧૦) દસ નાંખી તુરતજ પાવું. અગર જો જરૂર પડે તો ૨) કલાક પછી ફરી એજ પ્રમાણે પાવું.

ઇલાજ ચોથે:—માહા વેર. કરતાં વધુ ઝાડા આવેતો નિચલી દવા આપવી. **'એરો મેર્તીક પાઉડર આફ્ચોક'** ગ્રેન ૧૦) દસ પાંણીમાં મેલવીને આપવો. અગર એ દવા પાયા પછી પણ ઝાડા ફરી આવેતો દર ૨) બે કલાકે એ દવા જારી રાખવી.

ઇલાજ પમો: અગર જો ઉપલી દવાઓ

હાજર ન હેાય તેા સરૂઆતનેા ઝાડેા બંધ કરવા નિચે જણાવેલી દવાઓની બારીક ભુકી કરીને એક શીશામાં ભરી રાખવી અને તેમાંથી ગ્રેન ૧૦) દસથી ૧૫ પંદર સુધી દર ૨) બે અથવા ૩) ત્રણ કલાકે આપવી.

તજ... ... ... ગ્રેન ૧૬) સેાળ.
જાયફળ ... ... ગ્રેન ૧૨) બાર.
કેસર ... ... ગ્રેન ૧૨) બાર.
લવંગ ... ... ગ્રેન ૬) છ.
એલચી દાણા............ગ્રેન ૬) છ.
ધેાયલેા ચાક...... ગ્રેન ૪૪) ચુમાલીસ
શાકેર... ... ... દ્રામ ૨) બે.

ઈલાજ ૬ ઠેા અગર ઉપલી દવા હાજર ન હેાય તેા સરૂઆતનેા ઝાડેા બંધ કરવાને નીચલી દવા આપવા ‘ કેાલેરા ’ લાગુ પડતેા અટકસે.

અફીણ ... .ગ્રેન ૧) એક
કાલામરી .... ગ્રેન ૨) બે.
હીંગ ... ... ગ્રેન ૩) ત્રણ.

એ બધાંની એક ગેાળી બનાવીને આપવી. જરૂર પડે તેા ૨) બે કલાક પછી એજ પ્રમાણે ફરીને એક

ગોળી આપવો.

ઇલાજ ૭ મો

પ્રીપેર્ડ ચૉક............ દ્રામ ૨) બે.

ટીંક્ચર ઑફ ઓપીઅમ્ ....દ્રામ ၀॥

ટીંકચર ઑફ કેતેચુ...... આઉન્સ ૧)એક

ઍસીડ ગેલીક ... ... ગ્રેન (૫)પંદર

સીને મન વૉટર ....આંઉસ ૬) છ.

એ સઘળાંને મેળવી દર ၀॥ કલાકે ૧) એક આ-ઉંસ આપવી. અગર જો ઝાડા વધતો જાય અને બીજી કોઇ દવા હાજર ન હોય તો નિચે લખેલી જણસોને ખાંખરી કરી તેમને ૧) એક શેર પાણીમાં ઉકાળવી અને ઉકાળીને અરધુ રહે એટલે ઉતારી તેમાંથી અરધું આપવું અને અરધુ રહે તે ઢાંકી મેલવું, ને જરૂર પડે તો તે ફરી આપવું.

ઇલાજ ૮ મો.

સુંઠ.................તોલો ૧) એક.

પીપરી મુળ.............. તોલો ၀॥

કરકચુરો ... ...તોલો ၀॥

કોલમ ... ...તોલો ၀॥

કાળા આપવા અફીણ મરી ... તોલો ၀॥

૬૩૪૦

ઈલાજ ૯ મો અગર જો ઝાડા બંધ ન થાય ને વધતો જાયતો—'કેલોમેલોડાઈન' ના ૨૦) વીસ ટીપાં એક ગલાસ પાણીમાં નાખીને પાવું, અને એજ રીતે ૨) કલાક પછી બીજી વાર આપવું.

આટલું ધ્યાનમાં રાખવું કે કોઈ પણ દવા આપ્યા પછી દર્દિને ઉઘવા દેવો દવા કાઢતી વેળા શીશોને સારી પેઠે હલાવવાં.

ઈલાજ ૧૦ મો અગર જો ઉપર બતાવેલા ઈલાજો કરવા છતાં ઝાડો બંધ ન પડે અને ઝાડા ઘણાં પાતળાં આવવા માંડે, નાડી નબળી પડી જાય, હાથ પગ ઠંડા થઈ જાય, અનેવખતે આંકડાં આવે ત્યારે હેઠળ આપેલી દવા ના શીશીઆ-માંના એક મોટા ચમચો લઈને તેટલાજ અથવા જરા વધારે પાણીમાં ભેલીને પાવું. અને ઝાડા જારી રહે તો દર ૩) ત્રણ કલાકે એજ પ્રમાણે આપવું જારી રાખવું.

સ્પીરીત આફ હાર્ટસ હોર્ન...ટીપાં ૪૦)
એસેન્સ આફ પીપર મીન્ટ...ટીપાં ૨૦
લાડેનમ ... ... ટીપા ૬૦)
ફ્રેન્ચ બ્રાન્ડી ... ... આઉંશ ૩)

જેને બ્રાન્ડી ન ખપે તેને ઉપલાં મીક્ષચર

માં ૩) ત્રણ આઊંસ મરચાંનીચાહ નાખવી. એ મીક્ષચર જેનુ નામ 'કોલેરા મીક્ષ્ચર' છે તે જ્યારે શેહેરમાં 'કોલેરાનો' મરજ ફેલાયલો હોય ત્યારે ઉપર લખ્યા પ્રમાણે તૈયાર કરીને એક કાચના બુચવાળી બાટલીમાં ભરી રાખવું કે ખપ વેળા અટ લઈને કામ આવે. એ મીક્ષચર અતિ ઉપયોગી હોવાને લીવે 'વૈદકજ્ઞાન' ગ્રંથનાકી એની બનાવટ અને દાખલ કરોછે. કૉલેરા લાગુ પડયા પછી કે ઓક્ષ વેળા નિચલો ઈલાજ લાગુ પડે છે.

ઈલાજ ૧૧મો નાની અમચી ાા 'પેઈન્ કીલર' લઈને તેને નવટાંક ગરમ પાણીમાં મેળવવું અને તેમાં એક પૈસાભાર ખાંડ નાખવી, અને તેમાંથી ાા ભાગ પાવો; અને બાકીનો અરધો ભાગ ઢાંકી રાખવો અગરજો પેહેલા આપયા ફાયદો ન થાય તો બાકીનો ભાગ ૧) એક કલાક પછી પાઈદેવો.

૭મુ. એ મરજમાં એકારી થાયછે તેનો ઈલાજ—પેટ ઉપર રાઈ મુકવી, બરફ નાનાના કડકા મોહોમાં ચુસવાને આપવા સોડાવૉટર એક આનાનો બે પાઈને ગ્લાસ ભરીને દર કલાકે આપવો. જો ઉલટી બાવે ન બળાય ઘણી વધતી લાગેતો દર કલાકે ૧) એક ગ્લા.

ઇન ગલાસ સારો 'શેમપેઇન' જેને ખપતો હોય તેને આપવો, જો ઉલટી અને ઘણી ચાલુ રહેતો ક્લૉરલહાઇડ્રેટ ગ્રેન ૫) લઇને એક ચમચી ઠંડા પાણીમાં ડોહોળીને પાવુ

૮મુ. એ મરજમાં પાણીના તરસ ઘણી લાગેછે, તે માટે દર્દીને બરફના નાના કડકા મોહોંમાં ચુસવા આપવા. અથવા 'સેચ્યુરેટેડ સોલ્યુશન ઓફ ક્લોરાઇડ' ૧) એક ચમચો, અને ૧) આંઉસ ઠંડા સોડાવોટર ભેળીને પાવુ. આવી બીમારીમાં દર્દીને તરસ ઘણી લાગેછે, અને દર પળે દર્દી પાણી પાવા માગે છે, ઘણીક વેળા એવું બનેછેકે અજ્ઞાન લોકો પાણી પીવાને આપતા નથી ને બાપડા દર્દી પાણી વગર ટળવળીને મરી પણ જાયછે, માટે એમ કરવું ઘણુ ઘાતકી કામછે દર્દીને ઠંડુ પાણી થોડુ થોડુ પીવા આપવામા કઇ હરકત નથી, બરફ મળેતો તે નાહે લાખ્યો ને આપવું.

૯મુ. કૉલેરાના મરજ વાલાના હાથ, પગ, ઠંડા પડી જાય ત્યારે નિચે પ્રમાણે ઇલાજ કરવા.

ગરમ નળીઆંથી, બાટલીમાં ગરમ પાંણી ભરીને ડાટો દઇને તેથી અથવા ગરમ નીમક કે રેતીથી તે-

ને શેકવા, અને ગરમ બરનુસ કે કામળી દર્દીને ઓ ઢાડી રાખવી. પગના ટેરાં ઉપર રાઈ મુકવી.

૧૦મુ. કૉલેરાના દર્દીને હાથે પગે આંકડાં આવે તેના ઉપાયો નીચે પ્રમાણે કરવા.

સુંઠનો ભુકોકે કંટોળ હાથ પગ ઉપર ધીરે ધીરે મસળવા વળી 'પેઇનકીલર' નામની દવા હાથ પગ ઉપર ધીરે ધીરે મસળવી. અથવા જો આંકડા સખત આવતાં હોયતો 'ટીંક્ચર ઓફ બેલેડોના' અને 'ટીંક્ચર ઓફ ઓપીઅમ' એ બંન્નેને ભેળીને લગાડવું.

હવા સુધારવાને માટે દર્દીના બીછાના આગળ ગંધક, કપુર, અગર, સુખડ, લોબાન વગેરે બાળવું. વળી ઘરમાં સર્વ ઠેકાણે એજ પ્રમાણે કરવાથી ઘણોજ ફાયદો થાયછે.

૧૧મુ. આ રોગમાં કેટલીક વખતે દર્દીનો ઝાડો પાછળથી એકદમ બંધ થઇને દર્દીનું પેટ ફુલી આવેછે તેનો ઇલાજ—'અલુપોલ્સ' ગ્રેઇન ૩) ત્રણ અને કપુર ગ્રેઇન ૧) એક મેળવીને તેની ગોળી ગળાવવી અને કલાક ૩) ત્રણ સુધીમાં ઝાડો ન આવેતો ફરીને એ એજ પ્રમાણે આપવી.

૧૨મુ. કૉલેરાના દર્દિને કેટલીક વખત પેસાબ બંધ થ ઈ જાયછે તેના ઇલાજો— કેસુરીના ફુલ ઘાંધીની દુ કાન ઉપેરથી ૨) પઇસાના મંગાવીને તેને એક મો- ટી તપેલીમાં પાણી લાખીને તેની જોડે ખુબ ઉકાલવાં પછી તે ઉકળેલું પાણી એક કીતલીકે મોટા લોટામાં લાખીને સેહેવાતુ સહેવાતુ પેલા દર્દિના પેંહુ ઉપરથી ધાર પાડયા કરવુ, જયાં સુધી સઘળુ પાણી પુરૂ થાય ત્યાં સુધી પછી બાકી રહેલા ફુલના કુંચાને ગરમ ગરમ પેંહુ ઉપર બાંધી દેવા જેમ કરવાથી પેસાબ છુટસે.

ઇલાજ ૨જો. પેંહુ ઉપર ફલે નેલના ગરમ કપડાનો શે ક કરવો અથવાં ૦ાથી ૦ાા કલાક સુધી દર્દિને સેહે- વાય એવા ગરમ પાણીમાં બેસાડવો, જેમ કરવાથી પણ પેસાબ છુટસે.

ઇલાજ ૩જો સોહાગો અથવા બરાસ કપુર અથવા ચીન યો કપુર વાટી બારીક કરીને મરદ અથવા ઓરત જે ની પેસાબ બંધ થઇ હોય તેના પેસાબના છેદમાં મુ કવાથી પણ પેસાબ તુરત છુટેછે.

ઇલાજ ૪થો. અળસીની ચાહ ૦ાથી એક કપ સુધી પા વાથી પણ ફાયદો થસે.

ઈલાજ ૫મો. અગર જો ઉપલા કોઈપણ ઈલાજથી પે. સાબ ન છુટે તો ડૉકટર પાસે સળી મુકાવી પેસાબ કઢાવવેા

૧૩) મું સહુ આંતમાં બદ હજમીના જેવાં ઝાડા આવતા હોય તે વેળા કાંજી. સેરવેા, બીસકીટ, પાંઊ, મમરા એવેા હલકો ખોરાક આપવેા, પણ બીજો કોઈપણ ભારી ખોરાક જેવાકે માંસ દાળ ભાત. ખીચડી પટેટા) વાળવટાણા ચાણાની દાળ વગેરે આપવુ નહી.

૧૪ મું કૉલેરા લાગુ પડી ચુકયા પછી સાબુ ચેાખાની કાંજી દર્દિને આપવી અને જો નાડી ન ગળી પડેતેા અથવા શરીર ઠંડુ થવા માંડે તેા કાંજી દર ત્રણ ચાર કલાકે આપવી તેનાં દર વેળા (જેને ખપે તેને એકથી બે ગલાસ ભરીને પોર્ટવાઈન અથવા 'શેરીવાઈન' નાખીને તે કાંજી દર્દિને પીવાને આપવી, અથવા ૧) મોટો ચમચેા ભરીને 'બ્રાંન્ડી' માંહે નાખીને આપવી.

જો એ પ્રમાણે આપવાથી શરીરમાં ગરમી પાછી આ વેતેા કાંજીમાં વાઈનકે બ્રાંન્ડી નાખવેા નહીં; તે નાખ્યા વગર આપવી. અને જેટલા દીવસ સુધી આજારી બીલકુલ સાજો ન થાય તેટલા દીવસમાં કાંજી, દુ

દુધ સેરવો એવો નરમ ખોરક આજારીને આપ્યાં કરવો.

૧૫ મું આ ઠેકાંણે હમારે જણાવવું જોઇએ કે ઉપર જે જે ઇલાજો બતાવ્યાછે, તે દૉકતરની ઘર હાજરીમાં કરવાનાછે, સબબ કેટલીક વખતે એવું બનેછે કે 'કોલેરા' (અઘેાડ) મનુષ્યને રાતની વેળા ખાઇ પીને સુતા પછી મધરાતે લાગુ પડેછે. પહેલાં દર્દિ એકાએક ઉંઘમાંથી જાગી ઉઠેછે ને તેને ઝાડો આવવો શરૂ થાયછે, એવે વખતે જો આપણા ઘરમાં ઉપર જણાવ્યા મુજબની દવાઓ હાજર હોયછે તો તે શરૂઆતનો આવતો ઝાડો એકદમ

અટકાવવામાં અતિ ઉપયોગી થઇ પડેછે. ને દૉકટર આવી પોંચે તેની આગળતો દર્દિને કેટલોક આરામ થાયછે અગર જો ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણેની દવાઓ ઘરમાં હોતી નથી તો પેલા દર્દિને વધુને વધુ ઝાડા આવ્યાને સબબે દાકટરની મદદ મળે તેની આગળ તો બીચારો દર્દિ મરણ પામેછે. અગર જીવતો રહેછેતો મરજ બહુજ જલદી આગળ વધી જાયછે, જેથી દૉકટરને પણ તેને સાજો કરવાનું મુશ્કેલ થઇ પડેછે વળી ઘણીક વેળાએ મરજ મુસાફરી કરતાં મા

ણુસોને લાગુ પડેછે, અને જો એવી વખતે કાંઇપણ દવા સાથે હોતી નથી તો બાપડાં રસ્તેજ મરી જાય છે વળી કેટલીક વેળા કોનટ્રૅકટરો મામદારો કે કોઈ સરકારી નોકરી વાળાઓને જંગલમાં છેક વસ્તીથી દુર જઇને રહેવુ પડેછે, એવી વખતે જો તેઓ સાથે ઉપર લખો જણાવેલી દવાઓમાંની કાંઇપણ હોતી નથી તો જ્યારે એ રોગ તેમના ઉપર હુમલો કરેછે, ત્યારે તેઓથી એ રોગ સામે પોતાનુ રક્ષણ કરી શકાતુ નથી, જેથી બચારા પોતાના કીમતાં પ્રાણો ખુવેછે ઘણાક અજાણ લોકોમાં એવો રીવાજ હોયછે કે જો કોઈ પોતના સગપણમાનુ એ રોગનો ભોગ થઇ પડેછે તો તેનો કસો ઇલાજ કરવામાં આવતો નથી ને ફકત બાધા, કે માનતા, ઉપર એકીન લાવીને બેસી રહેછે. કેટલાક વખતે તો પેલા દરદિને ત્યાંજ પડતો મેલીને પોતાનુ ઝુંપડુ તજી દઇને બીજે ગામ જઇને વસેછે.

બનતાં સુધી દાકટર આવી પોચે ત્યાં સુધી ઉપર જણાવેલી દવાઓ દર્દિને આપવી જારી રાખવી. અને એવી રીતે કરવાથી ઘણાક વેલા માણસોના જાન બચ્યાંછે જે જે માણસોને હમે કોનટ્રૅકટના કામો ઉપર એ

મરજમાં દવા આપીછે, તે લગભગ સઘળા જણાં દવા તુરતા તુરત મળી જવાને લીધે બચી ગયાછે, અને જેવોએ દવા લેવાનો ના પાડીછે, તેવો વેહેમ માંને વેહેમમાં મરણ પામ્યાછે.

૧૬ મું એ કોલેરાનો દુષ્ટ મરજ શેહેરનાં ફરીને ન નિકળે, માટે આગળથી સાવચેતીના સું સું ઈલાજો લેવાં તથા એ રોગ ફરી નિકળે, તે વેળા તેનો ફેલાવો અટકાવવા માટે કેવા કેવા ઇલાજો લેવા તે હેઠળ જણાવીએ છીએ.

૧ લું શેહેરમાં કે શેહેરની નજદીકમાં કોઇ એવી જગ્યાં હોય કે જ્યાં આગળ પાંણીના ખાબોચીયાં નિરંતર ભરાઇ રહેતાં હોય, અને તેમાં કોહોવાણ થતું હોય તો તેને દુર કરવું. અને ફરીને તે જગ્યાએ તેમ ન થાય તેવા ઇલાજ લેવા

૨ જુ શેહેરમાં તમામ રસ્તાઓ ગલીકુંચીઓ તથા ઉકરડાઓ સ્વચ્છ રાખવા

૩ જુ વરસાદના દીવસોમાં સડકો ઉપર તેમજ સેહેરમાં તમામ મોહોલાઓમાં કાદવ જમા થવા પામે નહી તેના ઇલાજ લેવો.

૪ થું શેહેરના જે ભાગો નીચા હોય અને ત્યાં આગ

ળ કાદવ કચરા વાળું ગંદુ પાણી જમા થઈ રહેતુ હોય તેા તેને જગ્યાથી દૂર કરવાનો ઇલાજ કરવેા અ નેફરી તેમ ન થાય તેનો પાકો બંદોબસ્ત કરવેા.

૫મુ શેહેરમાં કે શેહેરની નજદીકમાં ડટાતાં મુરદાંઆ યેાગ્ય ઉંડાઇએ, ડટાંવાં જોઇએ, બલકે જેમ બને તેમ શેહેરની વસ્તીથી દુર ડટાવાં જોઇએ. મુવેલાં ઢોરે ખુલ્લાં પડી રહીને સડીઆ ન કરે તેવેા બંદોબસ્ત રાખવેા.

૬ ઠું ઘરના ખાળકુવા, કે મેારીઆ સાફ રહેવાં જોઇએ, તથા તે ઉપર 'કારબોલીકપાઉડર' છંટાવવેા જોઇએ

૭મુ શેહેરમાં ખાળકુવા કરવા ન દેવા.

૮મુ ઘણી ગાંચેાગીચ વસ્તીવાળા શેહેરના ભાગેામાં હમેશાં ગલીચી વધારે થાયછે, અને સુરજનો તડકો પેાંચતેા નથી તેથી ઝેરી હવા ત્યાં આગળ નિરંતર પસરેલી રહેછે, માટે એવી વસ્તીવાળા ભાગેામાં ગલીચો ન થાય અને હવા સુધરે એવા ઇલાજો લેવા.

૯મુ. દરેક ઘરમાં વસનારાઓએ પેાતાનુ ઘર તથા આંગણુ સ્વચ્છ રાખવાં. ઘરમાં ભેાય તળીયાંમાં, કે દરેક ગેાતરા ચેાકડીઆ, વગરે ઠેકાણે ચુનેા છંટાવવેા તથા

ઘરમાં આતસ ઉપર ગંઠક, કપુર, અગર, લોબાન સુખડ વગરે બાલવું જ્યારે શહેરમાં એ રેાગ ફેલાયલેા હેાય ત્યારે ઘરના દરેક ભાગેામાં સઘડીઓમાં દેવતા (આતસ) રાખીને તે ઉપર ઉપલી વસ્તુઓ બાળવી ઘરના દરવાજાઓ તા. બારીઓને લીમડાના તેારણ કરીને બાધવાં.

૧૦મુ. એ "કેાલેરા" (અપેાક)ને મરજ જો શેહેરમાં જોરમાં ફાટી નિકળ્યેા હેાય તેા તે વેળા દરેક મેાહેાલ્લે મેાહેલ્લે જેમ હેાળીના દિવસેામાં કરવામાં આવેછે તેમ મેાટાં બળતાં કરવાથી, તેમજ દરેક ઘરમાં પણ સઘડીઓ ઊપર બળતાં કરવાથી કહેછે કે કેાલેરાની ઝેરી હવાનેા નાશ થાયછે, બળતાં ઉપર ગંઠક કે કપુર વગરે નાખવાથી ઘણેા ફાયદેા થાયછ

૧૧મુ. શેહેરમાં વપરાતાં પીવાના પાણીની ઘણી સંભાલ લેવી કેાઇપણ કારણથી તે ગંદા થવા ન જોઇએ.

૧૨મુ પીવાના પાણીને હમેશાં જાડાં કપડાંથી ગાળીને પાવામાં લેવું. અગર જો પાણી તળાવ કે નદીનુ હેાય તેા તેને પ્રથમ એક માટલામાં નાખીને ઠરવા દેવુ, ઠરી રહેકે તેને ઉપર મુજબે બીજા સ્વચ્છ માટલાંમાં ગાળી લેવું. અગર જો પાણીને ગરમ કરીને ગાળા

લઈને ઠંડુ કરીને પીવામાં લીધુ હેયતો ઘણુંજ સારૂ
૧૩મુ. જ્યાં આગળ તળાવોનુ પાણી વપરાતુ હોય ત્યાં આગળ માણસોને ફક્ત પીવાને માટેના તલાવો જુદા, તથા નાહાવા ધોવા કે ઢોરોને પણી પાવાના જુદા રખાવા જોઇએ એ બાબતનો સરકારે પકકો બંદોબસ્ત રાખવો જોઇએ અગર જો સેહેરમાં નદીનુ પાંણી પીવામાં આવતુ હોયતો, લોકોને પાણી પીવા તા. ભરવા માટેની જગ્યમાં કોઇ નાહે નહી, કપડાં ધુવે નહી, તેમજ ઢોરોને પાણી પાય નહીં, એટલે પાણી ભરવાની જગ્યા જુદી, તથા નાહવા ધોવાની, તથા ઢોરોને પાણી પાવાની જગ્યાઓ જુદી સરકારે અગર મ્યુનીસીપાલીટીએ નેની આપવા જોઇએ; અને એ પ્રમાણે લોકો ચાલે છે કે નહીં તેની તપાસ રાખવી. ઉપર સુચવેલા ઈલાજો લેવા માટે સુ રૈયત, મ્યુનીસીપાલીટી, કે સરકારને માથે સરખી ફરજછે. ત્રણેના એક મત વગર એ કાંમ બનવુ મુશ્કેલછે.

૧૭મુ. એ રોગ ફેલાયલો હોય તે વખતે ખાવા પીવામાં અંદાજે રાખવો, વાયડુ પાતલુ ખાવુ નહીં, જલદીથી પાચન ન થાય એવો ખોરાક ન લેવો મોંહોવામાં આવેલાં કે એવાં બીજા દર્દિ ઢોરોનુ દુધ પીવામાં

બીસ્કુટ લેવુ નહી. વાસીમાંસ, માછલી, દાળભાત, તર તરકારી ખાવી નહીં રાતરે દાળભાત ઝાઝા ખાવા નહી બનતાં સુધી દીવસે દાળભાત ખાવા, કે ફરતાં હરતાં તે હજમ થઈજાય, ખાટી વસ્તુ ખાવી નહીં, સબબ તેથી છાતી ઉપર પીત બંધાઇને તે ખાધેલુ પચવા દેતુ નથી ને આખરે મોઢાંને રસ્તે કે પેટને રસ્તે બહાર પડેછે, એટલે બદહજમો પેદા કરીને પેટ, મોં હો, દોડવી લાગેછે રાતરે ખાનુ ખાધા પછી તુરત ઉંઘી ન જવુ, જેમ કરવાથી ખાધેલુ હજમ થતુ નથી, ને ઘણીક વેળા બદહજમનો ઝાડો આવવા માંડેછે જેનુ પરીણામ આખરે કોલેરા (અધીસ) લાગુ પડ વામાં આવેછે; માટે ખાઈને રાત્રે તુરતજ ઉંઘી જવા ની ટેવ ઘણીજ નુકશાન કારકછે. રાતરે ભોજન લીધા પછી ઓછામાં ઓછુ, એક કલાક સુધી,ઘર માં આમ તેમ પસાર કરીઆ કરવા, અથવાનો કાંઈ રમત ગમત કરવી, કે ખાધેલુ પાચન થાય. રાતરે ભો જન લીધા પછી થોડીકવારે જો એક કપ (પ્યાલુ) કોફી કે ચાહ નુપીવુ હોયતો તેથી પાચ શક્તિ વધેછે, છાતીપર પીતકે બળગમ બંધાતાં નથી.

૧૮મુ. ઉમરના પ્રમાણમાં દવા આપવાની સમજ.

મેરચાંનો ચાહનો બનાવટ.

અરધો આંઊસ સુકાં મરચાંને એક વાસણમાં લા બીને તે ઉપર દસ આંઊસ ખળખળતું પાણી રેડીને એક-

સાફ રેહેવા દેવું પછી તેમાંથી ત્રણ આંઉસ પાણી ગાળીને લઇ લેવું.

ઉમર દવા લેનારની	મોટા ઉમરનો માણસ લે તેનો કેટલામો ભાગ તે લઇશકે
૬ માસ	૧૫મો ભાગ
૧ વરસ	૧૨મો "
૨ "	૮મો "
૩ "	૬ઠો "
૪ "	૫મો "
૫ "	૪થો "
૭ "	૩જો "
૧૪ "	०॥ "
૨૦ "	૨/૩ "
૨૧થી૪૦"	આખો ભાગ
૬૦થી૭૦"	०।।। "
૮૦થી૯૦"	૧/૩ "
૧૦૦ "	०।। "

૧ ચમચી= ૧ ડ્રામ	૧ લીકર ગલાસ=૧ આંઉસ
૧ ચમચો= ૨ "	૧ વાઇન " =૨ "
૧ મોટોચમચો ૪ "	૧ તોલો =૩ડ્રામ
	૨॥તોલા =૧ આંઉસ
	૧ઘંઉભાર =૧ ગ્રેન

સમાપ્ત.